GUÍA VIRTUAL - ARTES			
GRADO:	**OCTAVO**	**FECHA:**	FEBRERO 10 A MARZO 5
AREAS INTEGRADAS:			
ASIGNATURAS:	Educación artística		
DESEMPEÑOS:	**Educación artística** 1. El estudiante comprende la importancia de reconocer y expresar sus emociones para la vida cotidiana. 2.El estudiante identifica los diferentes elementos que componen la imagen bidimensional (punto, línea, plano, volumen, módulos, en la composición artística		

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD INTEGRADA

1. El estudiante comprende la importancia del reconocimiento y expresión de sus emociones

2. El estudiante identifica y reconoce los diferentes elementos esenciales en la composición

1. copiar en el cuaderno el resumen de la siguiente lectura

La importancia de reconocer e identificar nuestras emociones

A través de nuestras emociones tenemos acceso a un conocimiento realmente valioso sobre nosotros mismos, ya que representan una parte fundamental de nuestra identidad y nos sirven de guía para llegar a nuestra propia felicidad. Hacer una buena gestión de las emociones implica aprender a reconocerlas e identificarlas. ¿Cómo podemos hacerlo? A continuación os mostraremos las claves.

Las emociones están constantemente presentes en nuestras vidas, en toda experiencia y recuerdo siempre se aloja alguna emoción. Muchas veces vivimos sin ser conscientes de nuestro mundo emocional, no profundizamos en lo que nos ocurre y cómo nos sentimos. Descuidamos e infravaloramos lo que supone identificar nuestras emociones y sentirlas. Esto sucede porque nadie nos ha enseñado a gestionar nuestras emociones.

Actualmente se le da una mayor importancia a la gestión emocional, puesto que tenemos más información acerca de lo que supone esto en nuestras vidas. Hacer una buena gestión de las emociones supone un beneficio para nuestra salud mental, nos ayuda a equilibrarnos, a comprendernos mejor y estar en mayor contacto con nuestra propia naturaleza.

Las investigaciones psicológicas nos han hecho ver que las emociones no son algo que haya que reprimir ni evitar. Además, tienen un poder inmenso, ya que determinan muchas de nuestras decisiones y conductas. Lograr identificar nuestras emociones es el primer paso para aliarse con ellas y poder así entender mejor cómo nos sentimos ante determinadas circunstancias. Tratar de hacer caso omiso de ellas supone tirar piedras contra nuestro propio tejado.

Valiosas señales hacia el autoconocimiento

Por supuesto las emociones tienen una función adaptativa, aportándonos información sobre lo que nos sucede en relación a nuestro entorno. Este tipo de señales nos sirven de alerta incluso para la supervivencia, como puede ser la función del miedo. Escuchar estas sensaciones resulta muy beneficioso ya que nos ayudan a resolver problemas y conflictos tanto en relación a nosotros mismos, como en relación a nuestro entorno y las personas con las que interaccionamos.

Las emociones consideradas conflictivas por la sociedad son en realidad valiosas señales que nos envía nuestro cuerpo acerca de problemas subyacentes que deben ser tratados. Así, el miedo, la ira, la culpa, la envidia y la vergüenza tienen su contrapartida positiva. Nos invitan a revisarnos.

Norberto Levy

Hemos oído muchas veces hablar de las «emociones positivas» y «emociones negativas» en relación a lo que nos hacen sentir. Si son sensaciones agradables como la alegría las llamamos positivas y si suponen algo más desagradable como puede ser la tristeza las llamamos negativas. Sin embargo, este significado que les damos a unas y otras emociones no deja de ser una evaluación superficial. Nos impide, sobre todo, entenderlas mejor, de tal modo que huimos de las que consideramos como emociones negativas.

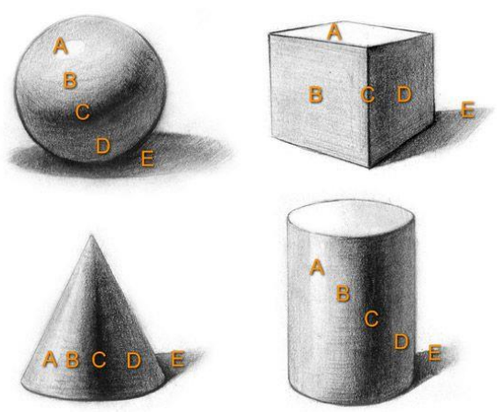
Si profundizas en lo que suponen las emociones, verás cómo simplemente son señales que forman parte de ti. Cuando intentas evitar

alguna emoción o huir de ella, estás huyendo de ti mismo y de la información que te aporta. Así es como nació el concepto de inteligencia emocional, creado por Daniel Goleman.

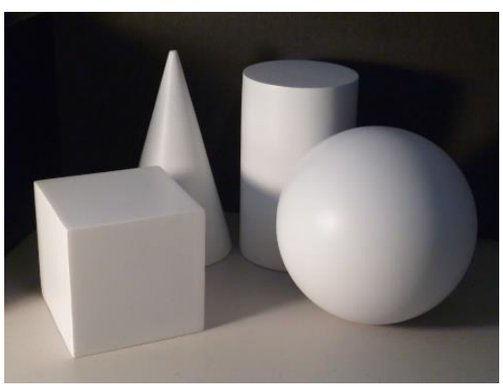
tomado de https://crearsalud.org/la-importancia-de-reconocer-e-identificar-nuestras-emociones/

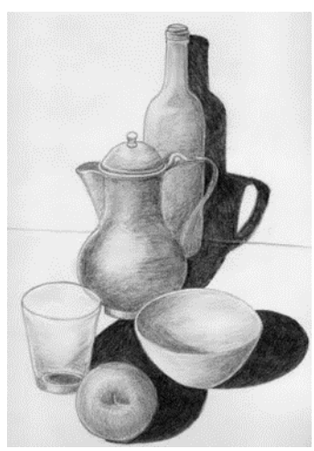
2.Realiza un breve escrito donde expliques cómo usted expresas sus emociones
3. ¿Cuál es la emoción que más evidencia en estos tiempos? Representar con un dibujo en una pagina

4. ¿cómo cuida usted su cuerpo física y espiritualmente? Realiza un escrito explicando.
5. Realiza el dibujo de las siguientes formas básicas: la esfera, el cubo, el cilindro y la pirámide. Cada uno en una hoja aplicando el volumen con lápiz o colores
Ejemplo:



6. Dibujar dos bodegones, uno con las diferentes formas básicas y el otro con diferentes vasijas. Aplicar los diferentes elementos compositivos: plano, espacio, proporción, volumen y contraste. Puede representarlos con lápiz de dibujo, carboncillo o colores





NOTA: VER LOS SIGUIENTES VIDEOS EN YOU TUBE. Para afianzar los conceptos y la percepción estética

https://www.youtube.com/watch?v=ma8dsEsOh34&ab_channel=BarbaBatel

https://www.youtube.com/watch?v=6-nSriC6Arw&ab_channel=ArteDivierte

OBSERVACIONES GENERALES

En sus trabajos se nota esfuerzo creativo, pulcritud y orden

-Los y las estudiantes demuestran en su trabajo creativo la apropiación y aplicación de los conceptos propuestos
-En sus trabajos se nota esfuerzo creativo, pulcritud y orden

- Realizar los trabajos con mucho esfuerzo y responsabilidad en permanente dialogo con sus padres para apoyar y afianzar el conocimiento.
- Ser muy asertivos en la comunicación y convivencia en la familia como base fundamental de nuestro existir en sociedad y apoyados siempre en estos momentos de crisis de salud mundial
- Cumplir con las fechas especificadas para la respectiva entrega de trabajos y evitar la acumulación de los mismos.

DOCENTE: TELESFORO LUGO
LICENCIADO EN ESTETICA

CORREO ELECTRONICO Y CONTACTOS PARA ENVÍO DE GUÍAS

Telésforo Lugo telesf23@hotmail.com, o al WhatsApp 3053692263.